

Warzywne gołąbki

data aktualizacji: 2019.02.11 autor:



Kotleciki lekko przypominające gołąbki, choć smakują trochę inaczej. Przepis znalazłam w gazetce Przepisy czytelników nr 2/2017. Warto spróbować, jeżeli nie mamy czasu, aby zrobić tradycyjne gołąbki.

Składniki:

- 40 dag mięsa mielonego
- 3 liście białej kapusty
- 1 marchewka
- 1 pietruszka
- mała cebula
- 1 jajko
- 2-3 łyżki bułki tartej
- sól
- pieprz

- 90 g koncentratu pomidorowego
- 1 szklanka bulionu warzywnego
- olej do smażenia
- bułka tarta do obtoczenia

Liście kapusty umyć i drobno poszatковать. Marchewkę i pietruszkę zetrzeć na tarce o drobnych oczkach, a cebulę drobno posiekać. Warzywa wymieszać z mięsem, jajkiem, bułką tartą i przyprawami. Z masy uformować podłużne kotlety i obtoczyć w bułce tartej. Obsmażyć na oleju z obu stron. Bulion warzywny zagotować z koncentratem pomidorowym. Dodać kotlety i dusić około 30 minut na wolnym ogniu.

EWA ŻURAW

<http://ewusiowesmaki.blogspot.com/>

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/30815-warzywne-golabki>